

FITNESS TERRA LUGLIO 2024

...seguirà Agosto...



Lunedì

in YOGA
09:00 - 09:50

in BRUCIA GRASSI
09:55 - 10:45

in SPINNING
12:45 - 13:35

in PILATES
18:15 - 19:05
19:10 - 20:00

in TOTAL BODY
18:15 - 19:05
19:10 - 20:00

in TRIFORM 40'
19:30 - 20:10

in BOXE UP
20:15 - 21:05

Martedì

in PILATES
09:00 - 09:50

in PILATES
09:55 - 10:45

in PILATES
12:45 - 13:35

in TRIFORM 40'
12:50 - 13:30

in ABDOMINAL
18:40 - 19:10

in YOGA
18:45 - 19:35

in TRIFORM 40'
19:20 - 20:00

in SPINNING
19:30 - 20:20

in BODY PUMP
19:40 - 20:30

in PILATES
20:35 - 21:25

Mercoledì

in YOGA
09:00 - 09:50

in G.A.G.
09:55 - 10:45

in TOTAL BODY
12:45 - 13:35

in BRUCIA GRASSI
18:20 - 19:10

in PILATES
19:15 - 20:05

in SPINNING
19:30 - 20:20

Giovedì

in STRETCHING
09:00 - 09:50

in TOTAL BODY
09:55 - 10:45

in SPINNING
12:45 - 13:35

in ABDOMINAL
18:30 - 19:00

in ZUMBA
19:10 - 20:00

in TRIFORM 40'
19:10 - 19:50
19:50 - 20:30

in SPINNING
20:15 - 21:05

Venerdì

in PILATES
09:00 - 09:50

in PILATES
09:55 - 10:45

in TRIFORM 40'
12:50 - 13:30

in STRETCHING
18:45 - 19:35

in G.A.G.
18:45 - 19:35

in BRUCIA GRASSI
19:40 - 20:30

Sabato

in PILATES *Base*
09:00 - 09:50

in PILATES *Avanzato*
09:55 - 10:45

in TOTAL BODY
10:50 - 11:40

in SPINNING
11:00 - 11:50

Domenica

in TRIFORM 60'
10:30 - 11:30

PRENOTAZIONI DA 7 GIORNI AD 1 ORA PRIMA. CANCELLAZIONE OBBLIGATORIA ENTRO 1 ORA PRIMA DELL'ORARIO DI INIZIO.

note: PER FREQUENTARE TUTTI I CORSI FITNESS ACQUA OCCORRE LA PRENOTAZIONE ANTICIPATA ATTRAVERSO L'APPLICAZIONE WELLTEAM OPPURE L'AREA ISCRITTI DEL SITO WEB. GLI UTENTI SENZA PRENOTAZIONE POTRANNO FREQUENTARE TALI CORSI A CONDIZIONE CHE SIANO RIMASTI POSTI DISPONIBILI E SOLO PREVIA PRENOTAZIONE IN RECEPTION. I SUDDETTI CORSI/ORARI POTREBBERO, DURANTE LA STAGIONE SPORTIVA, SUBIRE VARIAZIONI VOLTE A MIGLIORARE IL SERVIZIO.

**PALINSESTO ESTATE
VALIDITA' 1/7 - 28/7**



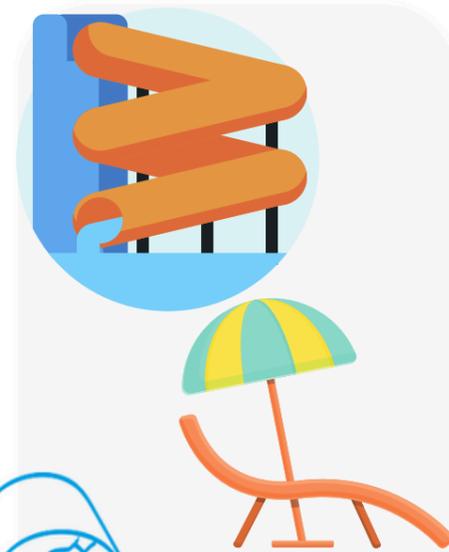
FITNESS ACQUA LUGLIO 2024

...seguirà Agosto...



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
in ACQUA GYM 09:00 - 09:45	in ACQUA GYM 09:00 - 09:45	in ACQUA GYM 09:00 - 09:45	in ACQUA GYM 09:00 - 09:45	in ACQUA GYM 09:00 - 09:45	in ACQUA GYM 09:00 - 09:45
in ACQUA GYM 12:45 - 13:30	in ACQUA GYM 13:00 - 13:45	in ACQUA GYM 12:45 - 13:30	in ACQUA GYM 13:00 - 13:45	in ACQUA GYM 12:45 - 13:30	
in ACQUA GYM 19:15 - 20:00	in ACQUA GYM 19:15 - 20:00	in ACQUA GYM 19:15 - 20:00	in ACQUA GYM 19:15 - 20:00	in ACQUA GYM 19:15 - 20:00	
in ACQUA GYM 20:05 - 20:50	in ACQUA <i>Bike</i> 20:05 - 20:50	in ACQUA <i>JUMP</i> 20:05 - 20:50	in ACQUA <i>Bike</i> 20:05 - 20:50	in ACQUA GYM 20:05 - 20:50	

Domenica



PRENOTAZIONI DA 7 GIORNI AD 1 ORA PRIMA. CANCELLAZIONE OBBLIGATORIA ENTRO 1 ORA PRIMA DELL'ORARIO DI INIZIO.

note: PER FREQUENTARE TUTTI I CORSI FITNESS ACQUA OCCORRE LA PRENOTAZIONE ANTICIPATA ATTRAVERSO L'APPLICAZIONE WELLTEAM OPPURE L'AREA ISCRITTI DEL SITO WEB. GLI UTENTI SENZA PRENOTAZIONE POTRANNO FREQUENTARE TALI CORSI A CONDIZIONE CHE SIANO RIMASTI POSTI DISPONIBILI E SOLO PREVIA PRENOTAZIONE IN RECEPTION. I SUDETTI CORSI/ORARI POTREBBERO, DURANTE LA STAGIONE SPORTIVA, SUBIRE VARIAZIONI VOLTE A MIGLIORARE IL SERVIZIO OFFERTO.

**PALINSESTO ESTATE
VALIDITA' 1/7 - 28/7**